

**HUBUNGAN ANTARA INSOMNIA DAN INDEKS PRESTASI
PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA ANGKATAN 2008**

Karya Tulis Ilmiah

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat

Memperoleh Derajat Sarjana Kedokteran



Oleh :

Maulida Rahmah

08711174

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
YOGYAKARTA**

**HUBUNGAN ANTARA INSOMNIA DAN INDEKS PRESTASI PADA
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ISLAM
INDONESIA ANGKATAN 2008**

Oleh :

Maulida Rahmah

08711174

Telah diseminarkan tanggal 22 November 2011

Dan disetujui oleh :

Pembimbing Utama

dr. Mutrarsi DTM & H Sp.Kj

Penguji

dr. Umatul Khoiriyah, M.MedEd

Disahkan

Dekan

dr. Isnatin Miladiyah, M.Kes.

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Lembar Pengesahan.....	ii
Daftar Isi.....	iii
Daftar Tabel dan Diagram	vi
Lembar Pernyataan.....	vii
Kata Pengantar	viii
Intisari.....	x
Abstract.....	xi

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Perumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Keaslian Penelitian.....	4
1.5 Manfaat Penelitian.....	5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Tinjauan Pustaka	
2.1.1. Tidur.....	6
a. Definisi.....	6
b. Fisiologi Tidur.....	6
c. Efek Fisiologis Tidur.....	8

d. Gangguan Tidur.....	9
2.1.2. Insomnia.....	9
a. Definisi.....	9
b. Sebab-sebab Insomnia.....	11
c. Diagnosis Insomnia.....	12
2.1.3. Indeks Prestasi.....	13
a. Belajar dan Prestasi Belajar.....	13
b. Prinsip Belajar	13
c. Fungsi Belajar.....	15
d. Pengukuran Prestasi Belajar.....	15
e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar.....	16
2.1.4. Hubungan Insomnia dengan Proses Belajar.....	18
2.2 Landasan Teori.....	19
2.3 Kerangka Konsep.....	20
2.4 Hipotesis.....	20

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Rancangan Penelitian.....	21
3.2 Populasi dan Sampel.....	21
3.3 Variabel Penelitian.....	22
3.4 Definisi Operasional.....	22
3.5 Instrumen Penelitian	23
3.6 Tahap Penelitian.....	25
3.7 Rencana Analisis Data.....	25
3.8 Etika Penelitian.....	26
3.9 Jadwal Penelitian.....	26

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian	27
-----------------------------	----

4.1.1. Gambaran umum subjek	27
4.1.2. Hasil uji normalitas	29
4.1.3. Hasil uji pearson	29
4.2. Pembahasan	29
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
5.1. Simpulan	33
5.2. Saran	33
DAFTAR PUSTAKA.....	34
LAMPIRAN.....	37

DAFTAR TABEL DAN DIAGRAM

Tabel 1. Penyebab Umum Insomnia.....	11
Diagram 1. Distribusi subjek berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa FK UII angkatan 2008.....	27
Diagram 2. Distribusi subjek berdasarkan keadaan insomnia dan bukan insomnia pada mahasiswa FK UII.....	28
Diagram 3. Distribusi subjek yang insomnia berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa FK UII angkatan 2008.....	28
Tabel 2. Uji normalitas data insomnia dan indeks prestasi	29

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Karya Tulis Ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh keserjanaan diperguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, November 2011

Maulida Rahmah

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Assalamualaikum Wr. Wb.

Segala puji bagi Allah Tuhan semesta alam atas limpahan rahmat dan kemudahannya akhirnya Karya Tulis Ilmiah (KTI) saya yang berjudul ‘‘Hubungan Antara Insomnia dan Indeks Prestasi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Indonesia Angkatan 2008’’ dapat penulis selesaikan sesuai dengan rencana.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan KTI ini banyak sekali pihak yang berperan dalam mendukung dan membantu penelitian ini sampai akhirnya dapat terselesaikan, untuk itu dengan segala ketulusan dan rasa terima kasih yang besar penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Keluarga besarku tersayang. Abah, A. Wahyuni Nawawi SE dan mamah, Dra. Ananiah Mm.Pd terima kasih atas kesetiiaannya memberikan kasih sayang, dan dukungan semangat setiap hari sampai akhirnya karya tulis ini dapat terselesaikan. Kedua adikku Maulida Rahimi dan Maulida Halimah terima kasih atas segala pertanyaannya yang selalu membuat penulis belajar sesuatu yang baru. Hj. Mardiana, nenek ku tersayang, terima kasih atas harapannya yang besar untuk melihat cucunya menyelesaikan pendidikan dokter.
2. dr. Mutrarsi DTM & H Sp. KJ selaku pembimbing terima kasih untuk pencerahan, bimbingan dan arahnya selama ini, hingga akhirnya karya tulis ini dapat penulis selesaikan
3. dr. Umatul Khairiyah M.MedEd selaku penguji terima kasih untuk semua masukannya sehingga karya tulis ini dapat lebih sempurna.

4. dr. Isnatin Miladiyah M. Kes selaku dekan Fakultas Kedokteran UII, terima kasih karena telah menjadi inspirasi dalam semangat untuk menyelesaikan pendidikan dokter ini.
5. Ary Kurniawan, semoga Allah ridho untuk mengenggam hati kita, terima kasih untuk kesabarannya yang tulus.
6. Teman-teman ku, terima kasih untuk semua bantuannya yang tak dapat penulis sebutkan satu persatu, semoga Allah membalasnya dengan sesuatu yang lebih baik. Dini Prima Utami, Juwita Rakhmawati Dewi Ningtyas, Noer Elvi Saidah Agustina Soetjipto Putri, Fibrianti Ratnasari, Herlianti Rukmana.
7. Teman-teman Fakultas Kedokteran UII angkatan 2008, terima kasih yang sangat karena telah berkenan untuk menjadi responden.
8. Semua pihak yang pernah menanyakan “kapan seminar hasil?” terima kasih karena telah membuat penulis lebih semangat untuk segera menyelesaikan KTI ini.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penelitian ini, segala masukan sangat penulis harapkan untuk membuat karya tulis ini menjadi lebih baik lagi, semoga KTI ini dapat bermanfaat untuk ilmu pengetahuan, untuk Fakultas Kedokteran UII khususnya, dan untuk semua yang membaca, akhir kata penulis ucapkan terima kasih dan selamat membaca, semoga bermanfaat.

Wassalamualaikum Wr. Wb

Yogyakarta, 19 November 2011

Penulis,

HUBUNGAN ANTARA INSOMNIA DAN INDEKS PRESTASI PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA ANGKATAN 2008

INTISARI

Latar Belakang: Insomnia adalah gangguan tidur yang ditandai dengan kesukaran memulai dan mempertahankan tidur. .Efek dari terjadinya insomnia salah satunya adalah gangguan konsentrasi, diketahui orang yang insomnia tiga kali lebih besar mengalami gangguan konsentrasi, sehingga efek gangguan konsentrasi yang ditimbulkan dari insomnia ini diasumsikan akan mengganggu proses belajar yang selanjutnya akan berdampak pada penurunan prestasi akademik.

Tujuan: Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan bermakna antara insomnia dan indeks prestasi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran UII angkatan 2008.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode penelitian *cross-sectional* non eksperimental. Populasinya adalah Mahasiswa Fakultas Kedokteran UII. Pengambilan sampel secara total sampling sebanyak 199 subjek. Penyaringan sampel menggunakan KSPBJ-insomnia *rating scale* dan skala L-MMPI. Analisis data dilakukan dengan uji pearson.

Hasil: Dari 146 subjek yang masuk dalam penelitian, 72, 7% perempuan dan 27,3% laki.laki. Setelah dinilai berdasarkan KSPBJ-IRS diperoleh 55 subjek dinyatakan insomnia. Dari analisis terhadap data insomnia dan indeks prestasi diperoleh nilai $P=0,086$ ($P>0,05$) dan nilai korelasi pearson $-0,233$.

Simpulan: Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara insomnia dan indeks prestasi, kekuatan korelasinya lemah, arah korelasi berlawanan, menunjukkan bila angka insomnia naik maka angka prestasi belajar menurun.

Kata Kunci: insomnia, indeks prestasi, konsentrasi

THE RELATIONSHIP BETWEEN INSOMNIA AND GRADE POINT AVERAGE ON STUDENT OF MEDICAL FACULTY OF ISLAMIC UNIVERSITY OF INDONESIA YEARS IN: 2008

ABSTRACT

Background: Insomnia is one of sleep disorders that manifest itself as difficulty to initiation and maintenance of sleep. Insomnia can be associated with the lack of concentration quality of the sufferer. The risk to develop disturbed concentration is three times more severe in insomnia sufferer. The disturbed concentration quality associated with insomnia in assumption have detrimental effect on learning process, in turn this condition result in decline of student grade point average.

Purpose: To find out is there significant relationship between insomnia and grade point average on students of Medical Faculty of Islamic University Of Indonesia years in: 2008.

Method: This study is a non-experimental research using *cross-sectional* study which the population is students of Medical Faculty of Islamic University of Indonesia. Total sampling design method is used in this study and acquired 199 subjects. Sample filtering has done with KSPBJ-insomnia rating scale and L-MMPI scale. Pearson analysis was used to assess the data.

Result: From the 146 subjects included in the study, 72, 7% of the subjects is female and 27,3% subjects is male.. According to KSPBJ-IRS 55 subjects are fall under insomnia term. The insomnia and grade point average data analysis reveal the P value=0,086 ($P>0,05$), Pearson -0,233.

Keyword: insomnia, grade point average, concentration.